

«ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ МУЗЫКИ»



**«Музыка не только фактор
облагораживающий, воспитательный.
Музыка – целитель здоровья».**

В. М. Бехтерев

Еще первобытные люди верили, что звук магическим образом соединяет силы неба и земли. Как только отзвучала первая мелодия первых музыкальных инструментов – шаманских барабанов, трещоток и костяных флейт, изготовленных около 50 тысяч лет назад, – человечество осознало: музыка может многое, в том числе – лечить!

В древних цивилизациях – *Китае, Индии, Греции* – знали о лечебном воздействии музыки на организм человека. О ее благотворном воздействии на душевное состояние человека писали еще *Пифагор, Платон и*

Аристотель, который говорил: «Когда мы воспринимаем ухом ритм и мелодию, у нас изменяется душевное настроение».

Мощный эмоциональный эффект музыки давно не давал покоя ученым, которые в итоге постигли природу ее воздействия на нашу психику и организм. Аристотель был прав: ученые выяснили, что для «правильной» и «здоровой» музыки большое значение имеют *ритм* и *громкость* мелодии. Специалисты уверяют – музыка тем полезнее, чем она *менее ритмична* и *тише*.

Неоспорим тот факт, что музыка действительно воздействует на человека каким-то магическим образом. Так, например, народная *китайская медицина* была предназначена для лечебного воздействия на организм человека. В китайском языке даже традиционный иероглиф «*медицина*» формируется из иероглифа «*музыка*». Кроме того, в *современном Китае* выпускают музыкальные альбомы со следующими названиями: «*Бессоница*», «*Пищеварение*», «*Легкие*» и т.д. Китайцы используют музыку наравне с таблетками и лекарственными травами.

Традиции соединения музыки и медицины широко распространены в *Индии*. Согласно древним легендам, Будда, считающийся покровителем врачебного искусства и наставником целителей, обладал волшебным, таинственным голосом, которым мог воздействовать на тело и психику всех живых существ, на окружающий мир.

В *Древней Греции* первые упоминания о *музыкотерапии* связаны с именем легендарного поэта-сказителя Гомера. В поэме «Одиссея» благодаря мелодичным песням у главного героя остановилось кровотечение из ран.

